

## 訪問看護ステーションソレイユ便り



日頃より、訪問看護・リハビリをご利用頂きありがとうございます。  
輝く太陽がまぶしく、夏の到来を感じさせる季節となりました。夏の暑さに負けぬよう、利用者様やご家族様のみならず、在宅療養を支える立場にある私たちも、感染症予防・体調管理を行い、日々の業務をしていきたいと思ひます。  
7月もよろしくお願ひ致します。

7月 空き状況 ○：空きあり ○印のない曜日は、ご相談下さい。

		月	火	水	木	金
午前	看護	○	○		○	
	リハビリ		○	○ 言語聴覚士のみ		
午後	看護	○	○			
	リハビリ					○

\*ご依頼相談や事業所に対するご要望等ありましたら、お気軽にご連絡下さい

電話番号 0562-45-1171

営業時間 9時～17時

担当者 看護 内田、田野、北河

リハビリ 稲垣、坪井

### 活動報告

「皆さんに支えてもらってありがたい」「この歳まで生きさせてもらえてありがとう」毎回訪問の度に、ご自身の置かれた環境や支援する人に対する感謝の言葉を頂き、私もこんな風に年を重ねていきたいと思わせて下さる高齢の利用者様がいます。「ありがとう」の言葉は、なぜ人をポジティブにさせるのか調べてみました。感謝の気持ちを持つことで、幸せホルモンと呼ばれるセロトニン、集中力・意欲アップや幸福物質と呼ばれるドーパミン、絆ホルモンのオキシトシン、免疫アップのエンドロフィンが分泌され、物事が良い方向に進むと言われています。「ありがとう」と言える感謝の気持ちを育てるためには、笑顔を心がけ、その日あった嬉しかったことを書き記す。他にも、言葉を伝えよう、褒め言葉を受け入れようとなりました。「ありがとう」の言葉は、伝える人も伝えられた人も、お互いが幸せになれる魔法の言葉です。感謝できる心を持つことが、心と身体の健康を支えてくれるのだと学びました。



ホームページも  
ご覧ください

